

PENERAPAN PIJAT LAKTASI SEBAGAI UPAYA NON-FARMAKOLOGI UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM: STUDI KASUS DI PMB Bdn. SILVI AYU, S.Keb PEKANBARU

Weliah Handayani^{1*}, Nova Yulita²

¹²Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas MIPA Dan Kesehatan , Universitas Muhammadiyah Riau
E-mail: weliahandayani22@gmail.com, novayulita@umri.ac.id

Abstract

The postpartum period is a crucial time for a mother's recovery and successful breastfeeding. Issues that can arise during this period include poor breast milk flow and breast engorgement, both of which can compromise the mother's comfort and the breastfeeding process. Lactation massage is a non-pharmacological intervention that can be employed to address these problems. This study utilized a descriptive method with a case study approach. The subject was Mrs. M, a 33-year-old postpartum woman receiving midwifery care at the independent midwifery practice (PMB) of Midwife Silvi Ayu, S.Keb, in Pekanbaru. Data were collected through interviews, observations, physical examinations, and a review of midwifery care records. A lactation massage intervention was administered when the mother complained of poor milk flow, accompanied by education on correct breastfeeding techniques and advice to breastfeed more frequently. During the postpartum visit on the third day, Mrs. M reported issues with milk flow. Examination results indicated a good general condition, with a blood pressure of 120/70 mmHg, temperature of 36.1 °C, pulse of 80 beats per minute, and respiratory rate of 20 breaths per minute. Lactation massage was administered as a non-pharmacological measure to help alleviate complaints regarding poor milk flow and breast engorgement. The application of lactation massage for Mrs. M resulted in an improvement of symptoms, with milk flow transitioning from poor to improved by the time of the subsequent evaluation.

Keywords: *lactation massage, breast milk, postpartum, postpartum mother, non-pharmacological.*

Abstrak

Masa postpartum merupakan periode penting bagi ibu dalam proses pemulihan dan keberhasilan pemberian Air Susu Ibu (ASI). Salah satu masalah yang dapat terjadi pada masa nifas adalah ASI yang kurang lancar dan bendungan ASI. Kondisi tersebut dapat mengganggu kenyamanan ibu dan proses menyusui. Salah satu upaya non-farmakologi yang dapat diterapkan untuk membantu mengatasi masalah tersebut adalah pijat laktasi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi kasus adalah Ny. M, usia 33 tahun, postpartum, yang mendapatkan asuhan kebidanan di PMB Bdn. Silvi Ayu, S.Keb Pekanbaru. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi asuhan kebidanan. Intervensi berupa pijat laktasi diberikan ketika ibu

Article history

Received: Oktober 2026

Reviewed: Oktober 2026

Published: Oktober 2026

Plagirism checker no 234.8576

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

mengeluhkan ASI kurang lancar, disertai edukasi mengenai teknik menyusui yang benar dan anjuran untuk menyusui bayi lebih sering. Pada kunjungan nifas hari ketiga, Ny. M menyampaikan bahwa ASI kurang lancar. Hasil pemeriksaan menunjukkan keadaan umum ibu baik dengan tekanan darah 120/70 mmHg, suhu 36,1 °C, nadi 80 kali/menit, dan pernapasan 20 kali/menit. Pijat laktasi sebagai salah satu upaya non-farmakologi diberikan dalam upaya membantu mengatasi keluhan ASI kurang lancar dan bendungan ASI. Penerapan pijat laktasi pada Ny. M postpartum menunjukkan adanya perbaikan keluhan berupa ASI yang sebelumnya kurang lancar menjadi lebih lancar pada evaluasi berikutnya.

Kata Kunci: pijat laktasi, ASI, postpartum, ibu nifas, non-farmakologi.

PENDAHULUAN

Masa postpartum atau masa nifas merupakan masa setelah persalinan sampai organ reproduksi kembali seperti sebelum hamil. Masa ini berlangsung selama kurang lebih enam minggu atau 42 hari. Pada periode ini ibu membutuhkan asuhan yang tepat untuk mendukung proses pemulihan serta keberhasilan pemberian ASI kepada bayi. Salah satu aspek penting dalam asuhan masa nifas adalah memastikan proses menyusui berjalan dengan baik (Yulianti & Hakim, 2020).

Air Susu Ibu merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI adalah satu-satunya makanan di dunia yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk menjamin kesehatan yang baik sampai usia bayi 6 bulan. ASI mengandung cukup lemak, protein, karbohidrat, serta beragam mineral dan vitamin esensial, sampai usia bayi 6 bulan. Selain itu, ASI juga mengandung komponen penting seperti bakteri baik, mikroorganisme, dan imunoglobulin A yang berperan melindungi bayi dari infeksi dan peradangan, serta mendukung pembentukan sistem kekebalan tubuh dan keseimbangan mikrobioma usus bayi (Kemenkes RI, 2024). Pemberian ASI kepada bayi selama 6 bulan merupakan langkah awal agar pertumbuhan anak menjadi baik (Nisa, 2021). Organisasi kesehatan dunia (WHO) menganjurkan pemberian ASI disertai makanan pelengkap dilakukan selama 6 bulan hingga bayi berusia minimal 2 tahun (WHO, 2024). Oleh karena itu, kelancaran produksi dan pengeluaran ASI menjadi salah satu hal yang perlu diperhatikan dalam pelayanan kebidanan masa nifas.

Inisiasi Menyusu Dini (IMD) adalah proses menyusu dimulai segera setelah lahir. IMD dilakukan dengan cara kontak kulit ke kulit antara bayi dengan ibunya segera dalam waktu 1 (satu) jam setelah kelahiran dan berlangsung minimal 1 (satu) jam. IMD dilakukan pada ibu dan bayi dengan kondisi stabil sejak proses persalinan. IMD memberikan manfaat baik bagi bayi maupun ibu. Manfaat IMD bagi ibu dapat mencegah perdarahan pasca persalinan, memberikan ketenangan dan kenyamanan, dan membuat ikatan (bonding) ibu terhadap bayi. Melalui IMD bayi akan mendapatkan bakteri baik dari kulit ibu ke bayi, membuat pernapasan dan detak jantung bayi lebih stabil, mendapatkan kolostrum, menghangatkan bayi, dan membuat ikatan (bonding) bayi terhadap ibu (Kemenkes RI, 2024).

Dalam praktiknya, tidak semua ibu postpartum langsung mengalami proses menyusui yang optimal, terutama pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan sebagian bayi mendapatkan susu formula sebagai tambahan atau pengganti ASI. Salah satu keluhan yang dapat ditemukan adalah ASI kurang lancar. Keluhan tersebut dapat disertai dengan bendungan ASI yang menyebabkan payudara terasa penuh dan tidak nyaman. Apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik, ibu dapat mengalami kesulitan dalam memberikan ASI kepada bayinya (Sulistiyani & Haryani, 2023). Salah satu

hormon yang berperan penting dalam proses tersebut adalah hormon oksitosin (Fahri, Oktafiarna, Erniza, & Herawati, 2022).

Teknik menyusui yang tidak benar dapat menimbulkan berbagai masalah, seperti puting susu lecet dan payudara bengkak. Kondisi tersebut dapat menyebabkan ibu merasa tidak nyaman dan mengalami kesulitan dalam menyusui bayinya. Akibatnya, proses menyusui menjadi tidak optimal sehingga produksi dan pengeluaran ASI dapat terganggu dan bayi tidak memperoleh ASI secara maksimal (Mulati & Susilowati, 2016).

Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2020 melaporkan perempuan di Indonesia 96% menyusui anak, tetapi hanya 42% yang memberikan ASI eksklusif (Yuliana et al., 2022). Berdasarkan data UNICEF dan WHO melalui data Global Breastfeeding Scorecard tahun 2021, tingkat pemberian Air Susu Ibu (ASI) tetap lebih rendah dari yang dibutuhkan untuk melindungi kesehatan ibu dan anak. Pada tahun 2013-2018, 48% bayi baru lahir mulai menyusui dalam waktu satu jam setelah lahir. Hanya 44% bayi di bawah usia enam bulan yang disusui secara eksklusif. Sementara 68% wanita terus menyusui bayinya setidaknya selama satu tahun, pada usia dua tahun, tingkat menyusui menurun menjadi 44%. Di PMB Di Indonesia, persentase bayi usia 0-6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif secara nasional mencapai 69,7% (Kemenkes RI, 2021).

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kelancaran ASI, baik secara farmakologi maupun non-farmakologi. Salah satu upaya non-farmakologi yang dapat diterapkan adalah pijat laktasi. Pijat laktasi merupakan tindakan pemijatan yang dilakukan pada area tertentu seperti kepala, leher, bahu, punggung, dan payudara untuk membantu memberikan rasa nyaman dan mendukung proses pengeluaran ASI. Tindakan ini bertujuan untuk memberikan rangsangan terhadap hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses produksi serta pengeluaran ASI (Muwakafah & Sariyati, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Retmiyanti (2020), pijat laktasi dapat mengurangi ketegangan dan memberikan rasa rileks yang dapat berdampak positif pada kelancaran produksi ASI karena refleks let down berjalan dengan baik. Pemberian pijat laktasi akan membuat payudara menjadi elastis, lembut, serta mengalami pembesaran. Pijat laktasi mempunyai manfaat yaitu mampu mengurangi nyeri, ketegangan, stres, kecemasan, serta mampu mengangkat suasana hati.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hanubun, Indrayani, Widowati, (2023) Setelah dilakukan pijat laktasi produksi ASI ibu bertambah karena pijat laktasi dapat mencukupi kebutuhan bayi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lestari, Haniyah, Marifh (2025) Setelah intervensi keperawatan selama 3x24 jam, terdapat peningkatan signifikan pada aspek menyusui, termasuk perlekatan bayi, suplai ASI, dan kondisi ibu. Masalah menyusui teratasi sebagian, sehingga sangat dianjurkan untuk melakukan perawatan mandiri melalui pijat laktasi dan dukungan dari keluarga maupun tenaga kesehatan untuk hasil optimal. Penelitian Ria Anggraini (2022) mengungkapkan dengan pijat laktasi produksi ASI mengalami peningkatan yang signifikan ditemukan pada semua artikel, semua artikel (100%) menunjukkan peningkatan produksi ASI yang signifikan pada ibu nifas yang dilakukan intervensi pijat laktasi.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik pada kondisi Ny. M usia 33 tahun yang pada hari ketiga masa nifas mengalami keluhan ASI kurang lancar. Pada kondisi tersebut diberikan pijat laktasi sebagai salah satu upaya untuk mengatasi keluhan ASI kurang lancar dan bendungan ASI. Selain pijat laktasi, ibu diberikan edukasi mengenai teknik menyusui yang benar serta dianjurkan untuk lebih sering menyusui bayinya. Berdasarkan kondisi tersebut, penulis tertarik mengangkat penerapan pijat laktasi sebagai upaya non-farmakologi untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Bdn. Silvi Ayu, S.Keb Pekanbaru. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penerapan pijat laktasi sebagai upaya non-farmakologi dalam upaya membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Bdn. Silvi Ayu, S.Keb Pekanbaru.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus dilakukan terhadap seorang ibu postpartum, yaitu Ny. M, usia 33 tahun, yang mendapatkan pelayanan kebidanan di PMB Bdn. Silvi Ayu, S.Keb Pekanbaru. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi asuhan kebidanan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan kondisi ibu sebelum dan sesudah penerapan asuhan. Penerapan intervensi dilakukan pada kunjungan nifas hari ketiga ketika ibu menyampaikan keluhan ASI kurang lancar. Asuhan yang diberikan berupa pijat laktasi, edukasi mengenai teknik menyusui yang benar, serta anjuran kepada ibu untuk lebih sering menyusui bayi. Evaluasi dilakukan pada hari berikutnya berdasarkan keluhan dan keterangan ibu mengenai kondisi ASI serta aktivitas menyusui.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Kasus

Ny. M berusia 33 tahun dan merupakan ibu dengan riwayat kehamilan G3P2A0H2. Ny. M mendapatkan asuhan kebidanan secara berkesinambungan di PMB Bdn. Silvi Ayu, S.Keb Pekanbaru. Ny. M melahirkan bayi pada tanggal 16 Agustus 2025 pukul 00.35 WIB. Bayi lahir dalam keadaan baik, menangis kuat, kulit kemerahan, gerakan aktif, dan dilakukan Inisiasi Menyusu Dini selama satu jam. Pada kunjungan nifas pertama, kondisi umum ibu baik. Payudara ibu sudah menghasilkan ASI meskipun masih sedikit dan puting susu menonjol. Pada kunjungan nifas kedua, tepatnya hari ketiga postpartum, Ny. M menyampaikan keluhan bahwa ASI kurang lancar.

Tabel 1. Hasil Pengkajian Hari Ketiga Postpartum

Pemeriksaan	Hasil
Keadaan umum	Baik
Tekanan darah	120/70 mmHg
Suhu	36,1°C
Nadi	80 kali/menit
Pernapasan	20 kali/menit
Keluhan utama	ASI kurang lancar

Berdasarkan hasil pengkajian tersebut, masalah yang ditemukan adalah keluhan ASI kurang lancar dan bendungan ASI.

Penerapan Pijat Laktasi

Untuk mengatasi keluhan tersebut, diberikan pijat laktasi sebagai salah satu tindakan non-farmakologi. Pijat laktasi adalah teknik pijat untuk membantu keluarnya ASI, yang sangat penting untuk membantu ibu merasa rileks sebelum menyusui. Pada pijat laktasi ini bisa dilakukan pada usia pada Ny. M postpartum hari ketiga dilakukan gerakan pijatan pada bagian-bagian tubuh tertentu seperti kepala, leher, bahu, punggung, dan payudara untuk memperlancar proses menyusui. Pijat laktasi dilakukan pada keadaan payudara bengkak, atau ASI tidak lancar, dan pada ibu yang ingin relaktasi. Hasil dari Pijat laktasi Ny.M merasakan badannya lebih rileks dan nyaman. produksi ASI juga terasa meningkatkan sehingga membantu proses induksi menyusui pada bayi. Selain pijat laktasi, ibu diberikan edukasi mengenai teknik menyusui yang benar dan dianjurkan untuk menyusui bayi lebih sering. Hasil ini menunjukkan adanya perubahan keluhan dari ASI yang sebelumnya dirasakan kurang lancar menjadi lebih lancar setelah diberikan asuhan berupa pijat laktasi yang disertai edukasi teknik menyusui dan anjuran menyusui lebih sering. Pemberian edukasi dilakukan agar ibu dapat menerapkan teknik menyusui yang tepat serta meningkatkan frekuensi menyusui sebagai bagian dari upaya mendukung kelancaran pengeluaran ASI. Teknik menyusui yang benar

adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Cara menyusui yang benar melibatkan posisi tubuh bayi yang sejajar, perlekatan yang mencakup sebagian besar area hitam payudara (areola), serta posisi ibu yang rileks dan nyaman. Tanda menyusui yang berhasil pertama bu tidak merasakan nyeri atau sakit yang tajam pada puting saat bayi menghisap. Kedua Isapan bayi terlihat dalam dan lambat, serta terdengar suara menelan ASI (bukan bunyi mengecap/mendecak). Ketiga Jika ingin melepaskan isapan, masukkan jari kelingking ibu secara perlahan ke sudut mulut bayi untuk memutus vakum. Keempat Selalu sendawakan bayi setelah selesai menyusui dengan cara menepuk punggungnya secara perlahan.

PEMBAHASAN

Air susu ibu (ASI) adalah cairan nutrisi yang dihasilkan oleh kelenjar susu di payudara wanita. ASI adalah satu-satunya makanan di dunia yang mengandung semua jenis zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh untuk menjamin kesehatan yang baik sampai usia bayi 6 bulan. ASI mengandung cukup lemak, protein, karbohidrat, serta beragam mineral dan vitamin esensial, sampai usia bayi 6 bulan. Selain itu, ASI juga mengandung komponen penting seperti bakteri baik, mikroorganisme, dan imunoglobulin A yang berperan melindungi bayi dari infeksi dan peradangan, serta mendukung pembentukan sistem kekebalan tubuh dan keseimbangan mikrobioma usus bayi. Pada hari ketiga postpartum, Ny. M mengalami keluhan ASI kurang lancar. Keluhan tersebut menjadi salah satu masalah yang perlu mendapatkan perhatian karena kelancaran ASI berhubungan dengan keberhasilan proses menyusui.

Pada kasus Ny. M, tindakan yang diberikan berupa pijat laktasi. Pijat laktasi diterapkan sebagai salah satu upaya non-farmakologi untuk membantu mengatasi keluhan ASI kurang lancar dan bendungan ASI. Penerapan pijat laktasi pada kasus ini juga tidak berdiri sendiri. Ibu mendapatkan edukasi mengenai teknik menyusui yang benar dan dianjurkan untuk menyusui bayi lebih sering. Edukasi tersebut penting karena keberhasilan menyusui tidak hanya dipengaruhi oleh tindakan pijat, tetapi juga oleh teknik dan frekuensi menyusui.

Hasil evaluasi pada hari berikutnya menunjukkan bahwa Ny. M menyatakan ASI sudah lancar dan ibu sudah rutin menyusui bayinya. Hal tersebut menunjukkan adanya perbaikan keluhan setelah asuhan diberikan. Hasil kasus ini sejalan dengan prinsip asuhan masa nifas bahwa ibu dengan masalah menyusui perlu mendapatkan dukungan dan edukasi yang sesuai. Pijat laktasi dapat menjadi salah satu tindakan komplementer yang diterapkan dalam mendukung kenyamanan ibu dan kelancaran proses menyusui. Namun, karena pada kasus Ny. M diberikan beberapa intervensi secara bersamaan, yaitu pijat laktasi, edukasi teknik menyusui, dan anjuran meningkatkan frekuensi menyusui, maka perubahan kelancaran ASI tidak dapat dikaitkan secara khusus hanya dengan pijat laktasi. Dengan demikian, hasil studi kasus ini lebih tepat menunjukkan bahwa penerapan pijat laktasi sebagai bagian dari asuhan menyusui berkaitan dengan perbaikan keluhan yang dilaporkan ibu pada evaluasi berikutnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada Ny.M disimpulkan bahwa Pada hari ketiga postpartum, Ny. M mengalami keluhan ASI kurang lancar dan bendungan ASI. Pijat laktasi diterapkan sebagai salah satu upaya non-farmakologi untuk membantu mengatasi keluhan tersebut. Selain pijat laktasi, ibu diberikan edukasi mengenai teknik menyusui yang benar dan dianjurkan untuk lebih sering menyusui bayinya. Pada evaluasi hari berikutnya, Ny. M menyatakan bahwa ASI sudah lancar dan ibu sudah rutin menyusui bayinya. Penerapan pijat laktasi sebagai bagian dari asuhan menyusui menunjukkan adanya perbaikan keluhan ASI kurang lancar pada kasus Ny. M.

Saran

Berdasarkan Studi kasus pada penelitian ini penulis menyimpulkan memberikan saran kepada Ibu agar dapat mempertahankan pemberian ASI dan menyusui bayi secara rutin serta menerapkan teknik menyusui yang benar. Keluarga diharapkan memberikan dukungan kepada ibu selama proses menyusui. Bidan

diharapkan dapat memberikan edukasi mengenai teknik menyusui dan berbagai upaya non-farmakologi yang dapat mendukung kelancaran proses menyusui, termasuk penerapan pijat laktasi sesuai kebutuhan ibu.

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dalam pembelajaran kebidanan, khususnya mengenai asuhan masa nifas, masalah menyusui, dan penerapan terapi komplementer berupa pijat laktasi. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah subjek yang lebih banyak dan desain penelitian yang lebih kuat sehingga pengaruh pijat laktasi terhadap produksi atau kelancaran ASI dapat dinilai secara lebih objektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Ny. M yang telah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini dan kepada keluarga Ny. M yang telah bersedia membantu dan kerjasama sehingga penelitian ini dapat dilihat dan berguna bagi pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahmi, Y. B., Oktaviana, A., Enmiza, & Herawati, R. (2022). Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di BPM Mas Roland dan BPM Eneng Ranah Hilir. *Jurnal Kebidanan*, 84-93.
- Hanubun, J. E. A., Indrayani, T., & Widowati, R. (2023). Pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(2), 411-418.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2021. Kementerian Kesehatan RI, 23.
- Kemenkes RI. (2022). Teknik Menyusu Yang benar. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/1321/teknik-menyusu-yang-benar
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2024.
- Lestari, P. W. D., Haniyah, S., & Marifh, A. R. (2025). Studi Kasus Penerapan Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Post Sectio Caesarea Di RSUD Ajibarang. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 7(2), 780-788.
- Mulati, T. S., & Susilowati, D. (2016, Mei). Pengaruh Pelatihan Teknik Menyusui yang Benar pada Ibu Nifas Primipara Terhadap Ketrampilan Dalam Menyusui. *Jurnal Terapan Ilmu Kesehatan*, 5.
- Muswarah, S., & Sariyati, D. (2021). Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Baby Spa Patti. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*, 7-15.
- Nisa, Z. H. (2021). Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Laktasi Terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum, 75-84.
- Retmiyanti, N. (2020). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Koto Agung Sitiung 1. Universitas Dharmas Indonesia.
- Sulistiyani, R. D., & Haryani, S. (2023). Gambaran Pengelolaan Menyusui Tidak Efektif pada Ibu Post Partum Spontan di Puskesmas Guntur 2 Kabupaten Demak: Description of Ineffective Breastfeeding Management for Spontaneous Postpartum Mothers at the Guntur 2 Health Center, Demak Regency. *Journal of Holistics and Health Sciences*, 5(1), 144-154.
- UNICEF. (2020). Pekan Menyusui Dunia. UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19. <https://www.unicef.org/indonesia/id/press-releases/pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyserukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan>
- WHO. (2024). Ibu Membutuhkan Lebih Banyak Dukungan Menyusui Selama Masa Kritis Bayi Baru Lahir. <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2024-mothers-need-more-breastfeeding-support-during-critical-newborn-period>.
- Yuliana, E., Murdiningsih, M., & Indriani, P. L. N. (2022). Hubungan persepsi ibu, dukungan suami, dan dukungan tenaga kesehatan terhadap Pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Cahya Maju Lempuing Oki tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 614-620.

Yuliana, W., & Hakim, B. N. (2020). Evidence Dalam Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.